

老師： 馮淑燕

書名： 走出受傷的童年

作者： 蕾斯莉·里蘭·費茲, 吉兒·哈伯德

出版社：啟示

分享：

「別再等待父母認錯，主動停止世代循環的傷害。」

這句印在封面的話吸引我買下這部書。

鼓勵你揭開這本書，它不是一部「理論」，而是真實存在的人物，跟你一樣正在為了相同的問題而掙扎。

書裏一句話揪住我的心要看下去：「直到你原諒了你的父母，你才算是長大成為一個完整的人。讓傷害和失望的循環到此為止吧！」、「如果你真的想要過著幸福快樂的日子，就必須原諒那些曾經傷害你的人，這是通往自由和幸福的真理之道！」

